



**Nieuwsbrief**  
februari 2021

- Van de redactie
- Van de bestuursafdeling
- Buitensporten op 6 maart
- Online Bingo
- Danscompetitie
- Activiteiten en vakanties
- Wij een DOK-ld, jij een DOK-bidon
- Samen de schouders eronder zetten!

---

**ADRESSEN**  
Website  
www.dok-ede.nl

Facebook  
Facebook.com/dok1922

Instagram  
instagram.com/dok\_ede\_official

E-mail  
info@dok-ede.nl

**SOCIAL SITES**

f t in K

QR-code

**Van de redactie**

Op 23 februari luisterden we weer naar wat onze demissionair president Rutte te vertellen had over het verloop van het Coronavirus en wat dat te betekenen heeft voor ons. Helaas vertelde hij niet het nieuws wat we zo hadden gehoopt. Buitensporten wordt uitgesteld, maar binnensportaccommodaties blijven gesloten. Dus ook de lessen bij DOK kunnen niet opgestart worden zoals we zouden willen. Hoewel sporten lichamelijk, mentaal en sociaal zo gezond is voor iedereen, zullen we ons aan de regels moeten houden en wachten tot dit weer mag. Vele vrijwilligers van DOK zetten zich, ook en juist in deze periode, onvermoeibaar in om contact te houden met de leden en zorgen toch nog voor beweging en afleiding op een creatieve manier. Dat is een compliment waard.

Immiddels is er een petitie gestart, die gesteund wordt door de K.N.G.U., om aandacht te vragen voor de heropening van de binnensportlocaties zodat alle gymnasten hun sport weer optimaal kunnen beoefenen. Tekenen deze vandaag nog!

Artikelen voor de nieuwsbrief van maart 2021 moeten uiterlijk 20 maart bij de redactie binnen zijn; [info@dok-ede.nl](mailto:info@dok-ede.nl)

**Van de bestuursafdeling**

**Start buitensporten**

We zijn heel blij dat we weer een rooster klaar hebben waarmee we bijna al onze lessen buiten kunnen gaan geven! Vanwege de vroege zonsopgang was het nog een heel gepuzzel, en er moesten dus ook flink wat lestijden worden aangepast. Sommige lessen kunnen helaas niet op de normale dag of plaats worden gegeven.

Als het goed is, krijgt iedereen van de eigen lesgever een mail over tijd, plaats en eventuele verandering van weekdag. Gelukkig mogen dit keer wel de materialen die van DOK zijn uit de zaal worden gehaald, dus zijn er wat meer mogelijkheden voor trainingen! Hopelijk hebben we de komende weken geen regen tijdens de lessen zodat de kinderen zoveel mogelijk les hebben!

Kleed de kinderen wam aan, en bedenk dat de kleedkamer en dus de toiletten gesloten zijn!

**Contributie**

Oké de komende twee maanden (maart en april) zullen we slechts de helft van de contributie innen, dit als tegemoetkoming voor het feit dat we voorlopig nog steeds niet de zaal in mogen!

Het lijkt erop dat, na wat opstart moeilijkheden, de incasso via onze nieuwe administratie-systeem vrij goed verloopt. In principe wordt vanaf maart de contributie weer gewoon in de betreffende maand op de normale tijd geïncasseerd!

**Complimenten**

We willen alle lesgevers die zich de afgelopen maanden hebben bezig gehouden met het contact onderhouden met hun leden van harte bedanken. Ze staken vaak veel tijd in online lessen, filmpjes, diploma's en wat al niet meer.

Doordat we heel veel lesgevers hebben met ieder hun eigen sterke en minder sterke kanten, was het onvermijdelijk dat niet alle leden op dezelfde manier iets van les hebben gehad, helaas.

**Buitensporten op 6 maart**

Zaterdag 6 maart is er de mogelijkheid om te komen buitensporten voor alle leden van de recreatielessen van DOK vanaf 12 jaar. De start is tussen 9.00 - 10.00 uur vanaf de fietsenstalling achter de gymzaal aan de Blotenberglaan. Er zijn 45 opdrachten van 30 - 45 seconden. Het uitvoeren van de opdrachten duurt 60 minuten. Het lopen tussen de opdrachten duurt 15 minuten. De wandelroute is bedoeld om afstand te kunnen bewaren tussen de sporters. Met het aanmelden en afmelden zijn jullie in totaal ongeveer 1,5 uur bezig. Maar je kunt natuurlijk eerder stoppen en je afmelden.

We vragen jullie het volgende te doen:

- Aanmelden bij de fietsenstalling achter de gymzaal aan de Blotenberglaan
- Naam en lesgever doorgeven.
- Kom zoveel mogelijk op de fiets (bij de fietsenstalling wordt toezicht gehouden)
- Kom in sportkleding, er is geen omkleed mogelijkheid.
- Neem geen waardevolle spullen mee (de jas kun je op de fiets achterlaten)
- Kom zoveel mogelijk in tweetallen

**Spelregels voor sporters:**

- Volwassenen:
  - Sport buiten met max. 2 personen op 1,5 meter afstand.
  - Sporten onder begeleiding van een instructeur is buiten wel mogelijk in groepen van maximaal 2 personen (excl. instructeur).

**Kinderen t/m 17 jaar:**

- Geen 1,5 meter afstand regel tijdens het sporten.
- Kinderen vanaf 13 jaar mogen na het sporten niet bij elkaar komen met meer dan 2 personen.

- Heb je klachten? Blijf thuis en laat je testen.
- Houd 1,5 meter afstand.
- Vermijd drukte.
- Was vaak je handen.
- Draag een mondkapje tijdens het aanmelden en afmelden.

Karin Groeneveld



**Online Bingo**

Op zaterdag 6 februari werden er heel veel nummers opgenoemd en prijzen gewonnen. De DOK online bingo was een groot succes! Via google-meet deden er in totaal ... kinderen mee met de bingo. Eerst de kinderen van 6-9 jaar en daarna de kinderen van 10-14 jaar. Voordat de bingo begon werden er een aantal afspraken gemaakt. De microfoons van alle kinderen moesten worden uitgeschakeld en wanneer je een vraag had, mocht je die via de chat stellen. Zo werd er voorkomen dat alle kinderen door elkaar heen gingen praten en niemand iets kon verstaan. Dat de kinderen dit al gewend zijn via de online lessen op school was duidelijk te merken. Iedereen hield zich geweldig goed aan deze afspraak. Wanneer je bingo had, mocht je de microfoon inschakelen en kon er BINGO worden geroepen. De kinderen waren vol concentratie om maar geen cijfertje te missen. De spanning was om te snijden. Wanneer er een bingo was mochten de kinderen hun bingo-kaart voor de camera houden en kon de JeugdCommissie het controleren. Als het allemaal in orde was stapte er direct een JeeCee-lid in de auto om het prijzje te gaan brengen.

Voor en achter de schermen hebben wij veel plezier gehad tijdens het organiseren van de bingo. Bedankt voor het meespeelen!

Het was een zeer geslaagde, corona-proof, activiteit.

Groetjes van de JeugdCommissie



**Danscompetitie**

Op 27 en 28 februari deed het DOK demoteam mee aan een online danscompetitie. Het team onder leiding van Lindsay bestaat uit zes meiden, waaronder Merle, Marinka, Joranne, Tessa, Corina en Roos.

Voor de wedstrijd moesten ze een video opnemen. Deze werd op de dag zelf in een live programma uitgezonden, samen met alle andere deelnemers. De video is buiten opgenomen achter op het terrein van turnstede. Na de lockdown waarin vooral online getraind is, gingen de opnames op wat slordigheidjes na beter dan verwacht. De concurrentie was echter pittig. Desondanks zijn de meiden op een 4e plaats geëindigd met maar een verschil van 0,5 punten op de nummer 3!

Vol goede moed wordt er de komende weken getraind voor de nieuwe online competitie, hopen de dan in de top 3 te eindigen. Deze vindt plaats in het derde weekend van maart. We proberen een aantal andere groepen van de DOK dansers ook klaar te stomen voor deze wedstrijd.

Lindsay van Westering



**Activiteiten en vakanties**

13-07-2020 DOK springwedstrijden\* Sporthal de Peppel

\* dit zijn wedstrijden voor leden van 6 jaar en ouder. Vraag aan je juf of meester of jouw discipline ook meedoet aan deze wedstrijden en reserveer de datum!

- |                              |                |
|------------------------------|----------------|
| 2 april 2021                 | Goede Vrijdag  |
| 5 april 2021                 | Tweede Paasdag |
| 27 april 2021                | Keiningsdag    |
| 3 t/m 15 mei 2021            | Meivakantie    |
| 23 en 24 mei 2021            | Pinksteren     |
| 18 juli t/m 29 augustus 2021 | Zomervakantie  |

**WIJ EEN NIEUW DOK LID**  
**JIJ EEN MOOIE DOK-BIDON**

DOK is op zoek naar nieuwe leden  
**en jij kunt ons daarbij helpen!**

Vraag vriendjes of vriendinnetjes op school of in de buurt om een keer mee te gaan naar gym, want sporten bij DOK is **goed, gezond, gezellig en goedkoop.**

Je vriendje of vriendinnetje mag 4 keer GRATIS en zonder VERPLICHTINGEN meedoen met de gymles, om te zien hoe leuk het is bij DOK.

Als hij of zij zich na de 4<sup>e</sup> keer als lid inschrijft, krijg jij (als dank voor het aanbrengen van het nieuwe DOK-lid) van je juf of meester een mooie

**DOK BIDON**

**MEER WETEN?**  
[www.dok-ede.nl](http://www.dok-ede.nl)  
[www.facebook.com/dok1922](https://www.facebook.com/dok1922)

**DOK BIDON ACTIE**

© ABI 30/2019-DOK

**Samen de schouders eronder zetten!**

**Zonder vrijwilligers is er géén vereniging!**

Meld je aan als vrijwilliger  
[vrijwilliger@dok-ede.nl](mailto:vrijwilliger@dok-ede.nl)